

# IZVEŠTAJ: Stanje i prognoza polena u vazduhu za 10. nedelju 2026.

10.03.2026

## Kvalitativno

i kvantitativno određivanje alergeno polena u vazduhu za Grad Vranje i okolinu u okviru Državne mreže za praćenje kvaliteta vazduha počelo je 09.02.2026. godine.

Â

## Rezultati

za prethodnu nedelju sa prognozom kretanja koncentracija u tekućoj nedelji mogu se videti u prikazanoj tabeli.

Kupiti Generika Viagra bez recepta online

Â

Â

Â

Â

Â

Â Saveti alergičnim osobama:

Â

- najveće koncentracije polena su u prepodnevnom satima. Tada je najbolje izbegavati šetnju u prirodi. Preporučuje se da prozori od stana i automobila budu zatvoreni.

- šetnja se savetuje posle kiše jer su tada koncentracije polena u vazduhu manje.

- važna preventivna mera je i svakodnevno tuširanje kao i pranje kose.

- ne sušiti veš u dvorištu i na terasi (mocar veš sakuplja polen).

- planirati godišnji odmor u skladu sa periodom pojave polena u vazduhu na koje je osoba alergična.

- redovan kontakt sa lekarima alergolozima, kao i adekvatna primena lekova za alergije.

Â